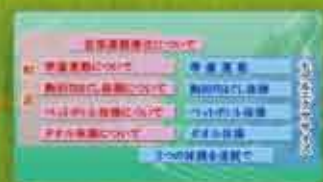
胸回り・肩周りの機能改善をめざす

音楽運動療法

（乳がん術後などのセルフケアサポート教材）

指導・著作
昭和大学大学院 保健医療学研究科 教授
小口 江美子

メニュー画面

腕回りほぐし運動

タオル運動

ペットボトル体操

胸回り・肩周りの機能改善をめざす
音楽運動療法
（乳がん術後などのセルフケアサポート教材）

指導・著作：小口 江美子（昭和大学大学院 教授）

価 格：税込 21,000円（本体20,000円）/49分
発 売：丸善出版株式会社 映像メディア部
協 力：昭和大学 保健医療学部
製 作：株式会社 教育広報社

このDVDは、乳がんの手術後約6か月を経過した患者さんや、その他何らかの理由で胸回りや肩周囲の症状があり、腕を動かしにくい方々を対象として、胸回りや肩周りをほぐし、その機能改善を助けるセルフケアのための体操「音楽運動療法」を紹介したものです。音楽運動療法について解説した「総論」、運動を始めるに当たっての「注意事項」に続き、「準備運動」「胸回りほぐし体操」「ペットボトル体操」「タオル体操」について、モデルの動きに添いながら解説・指導をしています。

MARUZEN